La volonté de (se) savoir en santé

bernard.andrieu@staps.uhp-nancy.fr
Philosophe
Professeur en *Epistémologie du corps et des pratiques corporelles*
Faculté du sport Nancy Université
EA 4360 APEMAC/ EPSaMetz
USR 3261 MSH Lorraine
UMR 6875 CNRS

La volonté de savoir la santé

- La volonté de savoir la santé repose bien en effet sur des dispositifs, des institutions et des expertises qui tendent à priver le sujet d'une connaissance immédiate sur son propre corps au profit du diagnostic, de la prescription et de la surveillance régulatrice des populations.
- L'hygiène et l'eugénisme ont pu pénétrer jusqu'à l'intérieur des corps sans le consentement éclairé et libre des sujets au nom justement d'un discours rationnel sur la santé publique et l'observance surveillée de la gestion privée des corps.

Somacratie

- Le contrôle de la société sur les individus s'effectue « dans le corps et avec le corps. Pour la société capitaliste, c'est la bio-politique qui importait avant tout, la biologique, le somatique, le corporel. Le corps est une réalité bio-politique ». A l'intérieur des corps, les rapports de pouvoir ne s'appuie pas sur une subjectivation en passant « matériellement dans l'épaisseur même des corps sans avoir été relayés par la représentation des sujets. Si le pouvoir atteint le corps, ce 'est pas parce qu'il a d'abord été intériorisé dans la conscience des gens ». Sans intériorisation, le somato-pouvoir prive le sujet de toute possibilité d'être un agent de son corps et peut ainsi le réduire à la passivité du patient : s'installe ainsi un certain « type d'autoritarisme _ d'un système d'obéissance finalement, puisque c'est de cela qu'il s'agit, caractéristique de notre rapport au médecin et à la médecine, actuellement » *Op. cit.*, p. 270.
- Foucault M., 1977, Les rapports de pouvoir passent à l'intérieur des corps, *Dits et écrits*, t. 3, p. 231.
- Foucault M., 1977, Enfermement, psychiatrie et prison, *Dits et écrits* t. 3, p. 347.

Volonté de (se)savoir en santé

- Quelle est la différence entre la volonté de (se) savoir et la volonté de savoir ? La volonté de (se) savoir se rattache la question de la connaissance du sujet par lui-même (*gnôti seauton*), dans l'Antiquité, au souci de soi (*epimeleia heaotou*), qui se pratique par la diététique, le régime, les soins du corps et la médecine. Si la santé est un fait culturel c'est-à-dire politique, économique et social, ce fait est « lié à un certain état de conscience individuelle et collective »
- Foucault M., 1983, Un système fini face à une demande infinie, *Dits et Ecrits,* t.4. p.381.

Autonomisation du souci de soi

- La volonté de (se) savoir en santé est « dans la forme d'un *art de l'existence* disons plutôt d'une *technique de vie* » : cette technique de vie a pour objectif de « se constituer soi-même comme l'ouvrier de la beauté de sa propre vie ». Le soi devient réflexif à partir d'une pratique de soi et plus seulement d'une théorisation, cette subjectivation est un « processus par le quel on obtient la constitution d'un sujet » dans le cours même de la pratique de santé, supposant une modification de la subjectivité selon les différents degrés de conscience de soi avant et après la pratique. Prendre soin de soi- même implique une autonomisation de ce souci de soi et « finit par devenir une fin en soi » comme l'est l'auto-santé.

- Foucault M., 1984, Le souci de la vérité, *Dits et Ecrits*, t. 4, p. 671.
- Foucault M. 1984, Le retour de la morale, *Dits et Ecrits,* t. 4, p. 706.
- Foucault M., 1983, A propos de la généalogie de l'éthique : un aperçu du travail en cours, *Dits & Ecrits,* t. 4, p. 615

Le rapport à la vérité sur soi-même

- **<u>Le rapport à la vérité</u>** sur soi-même par une auto-expertise et un auto-diagnostic remet en cause la position centrale du médecin comme expert d'un savoir toujours certain par la comparaison des sources d'informations et par l'ajustement de l'observance selon le vécu corporel du traitement. Le médecin prescrit et interdit en supposant que la problématisation thérapeutique sera perçu comme vraie par le sujet lui-même. S'interroger dans la médecine sur « ce qui fait question » dans le comportement du sujet ne remplace pas la problématisation de sa propre vérité. Le malade ne doit pas ignorer son état pour autant que les désordres du corps, sauf quand le sujet ne se rend pas compte de son état, « peuvent en général être détectés par le pouls, la bile, la température, les douleurs ».
- Foucault M., 1984, *Le souci de soi,* Paris, Gallimard, *Op.cit.,* p. 39.
- *Op. cit.*, p. 45
- *Op. cit.,* p. 74.

Savoir se contrôler

- Savoir se contrôler par une *teknê* du corps c'est savoir s'économiser, s'abstenir, tenir un régime en tenant des prescriptions par des techniques d'ascétisme définie « par la pureté absolue ». La santé, comme l'épouse et les garçons est un des trois thèmes « d'austérité du code » dans le rapport à soi. S'auto-gouverner de manière parfaite consiste à exercer sur soi-même une maîtrise aussi totale que celle d'un souverain ». Ainsi le renoncement à toute relation sexuelle est pour l'ascète un moyen de réprimer les passions de la chair comme afin que la pollution ne soit plus qu'un « « reste » où le sujet n'a plus aucune part ».
- Foucault M., 1983, A propos de la généalogie de l'éthique : un aperçu du travail en cours, *Dits & Ecrits,* t. 4, p. 620.
- *Op. cit*., p. 621.
- Foucault M., 1983, A propos de la généalogie de l'éthique : un aperçu du travail en cours, *Dits & Ecrits,* t. 4, p. 403
- Foucault M., 1982, Le combat de la chasteté, *Dits et Ecrits*, t. 4., p. 305.

Le récit de soi (*hupomnêmata)*

- **Le récit de soi** (*hupomnêmata*), de sa santé et de sa maladie dans une correspondance ou une autobiographie : cette écriture de soi-même porte sur les mouvements intérieurs de l'âme mais aussi les exercices sont comme « un entrainement de soi par soi » pour soi et devant les autres qui vont lire ; la finalité est de réfléchir sur sa santé, assimiler ses états et se modifier en passant de la place d'écrivain à celui de lecteur qui se réfléchit dans son écriture. Le corps est ainsi réductible en servitude par la puissance de la réflexion. Noter sa nourriture, ses boissons, les exercices est un moyen de s'observer soi-même par le travail même de l'écriture. Foucault M., 1983, L'écriture de soi, *Dits et écrits,* t. 4, p. 417.

Le régime

- **Le régime** est une mesure qui porte moins sur la forme et l'orientation de la pratique que sur sa fréquence et son moment : « seules sont prises en considération les variables quantitatives et circonstantielles ». Le régime implique moins une maitrise du corps qu'une réflexion sur la qualité en élaborant l'acte. « L'abstention pure et simple » de l'acte sexuel repose sur la crainte de nuire à soi-même comme le recommande le médecin grec Arétée. Comme « inflexion de la médecine » la diététique est un art de vivre qui repose sur un savoir et une réflexion sur les formes, les choix et les variables dans « le souci du corps. Mais le corps n'est pas seul en cause ». La vigilance circonstantielle et l'attention sérielle ne sont pas une observance et une obéissance aveugle car ces pratiques réfléchies de soi-même et de son corps sont une « affaire de pensée, de réflexion et de prudence »

- Foucault M., 1981, Subjectivité et vérité, *Dits et Ecrits*, t. 4, p. 217.
- Foucault M., 1984, *L'usage des plaisirs*, Paris, Gallimard, p. 22.
- *Op. cit.,* p. 114.
- *Op.cit.,* p. 116.
- *Op.cit*., p. 121.

être capables de se suffire à eux-mêmes

- **L'autonomie,** être capables de se suffire à eux-mêmes, repose sur un savoir reçu : « Du médecin savant, l'homme libre doit recevoir ; au delà des moyens qui permettent la cure proprement dite, une armature rationnelle pour l'ensemble de son existence ». La bonne gestion de soi définit selon le Socrate de Xenophon : « Si vous vous observez ainsi, dit Socrate à ses disciples, vous trouverez difficilement un médecin qui discerne mieux que vous ce qui est favorable à votre santé ». Prendre soin de soi-même est performatif car le but de l'autonomie est de « se faire soi-même », « se transformer soi-même » et « revenir à soi »
- *Op.cit*., p. 122.
- Xénophon, Mémorables, IV, 7. Cité par Michel Foucault, *op. cit*., p. 122-123.
- Foucault M., 1984, *Le souci de soi*, Paris, Gallimard, p. 61.

Un corpus

-
- Listes du Corpus (50 magazines déjà constitué) : *Active Woman* (All), *Best Health*(USA), *Bio* (Australie), *Body and mind* (Australie), *Body & Soul* (All), *Brigitte Balance* (All), *Ca m'intéresse, Vivre Mieux*, *CuerpoMente* (Esp*),* *Ecologie pratique*, *Energies*, *Femme Majuscule*, *Gesund Leben* (All), *Going Natural* (USA), *Healthy Living* (GB), *Health Smart* (GB), *Le Mag Bio*, *L'essentiel du Bien être*, *Magazine Wellness et santé*, *Maigrir Zen*, *Mieux Etre*, *Natural Beauty & Health* (USA), *Natural health* (GB), *Natural health vegetarian life* (USA), *Natural Life* (GB), *Natural Living* (USA), **Notre temps – 500 numéros**, *Nouvelle Vague. Le magazine des Grands-Parents Actuels, Organic Beauty (USA), Organic Style (USA), Santé Magazine, Santé Zen, Signes et sens, Tao magazine*, *Top Santé*, *Total Wellness* (USA), *Vivre en santé*, *Vital* (All), *Wellness Magazin*(All), *Wellbeing* (USA),*Yoga* (4 mag Anglais)



Auto-nomos

- - Analyse des formes de vérédiction
- - Analyse des processus de gouvermentalité et de gouvernance
- - Analyse de la pragmatique du sujet et des techniques d'auto-régulation du soi
- -Analyse à des techniques corporelles de soin, souci et entretien de sa santé
- Analyse des modes d'auto-évaluation, auto-diagnostic /savoir biosubjectifs

Plusieurs sens

- Le soin de soi, de sa peau, de son corps : prendre soin de soi
- Le souci de l'impact de l'environnement sur soi, sa peau et son corps
- L'attention aux autres, empathie et sympathie, tendresse et langage corporel
- L'harmonie sensorielle du corps et de l'esprit avec les éléments, écologie corporelle

Autogestion&Self care

- Illich, Yvan. *Némésis médicale. L'expropriation de la santé*. Paris, Seuil, 1975
- Levin, L. *et al. Self-Care : Lay Initiatives in Health.* New York, Prodist, 1976
- Rosanvallon, Pierre. *L'âge de l'autogestion.* Paris, Seuil, 1976
- Williamson, J. et K. Danaher. *Self-Care in Health.* London, Groom Helm, 1978

Performance ou performativité ?

- La santé performante relèverait du seul souci de soi et d'un culte du corps ayant pour fin principale « la construction identitaire autour d'un moi corporel idéalisé, intériorisé et extériorisé…et la mise en oeuvre d'un travail sur soi »[1].
- Si le soi définit l'identité corporelle selon sa santé, il convient de décider de quel soi est mis en jeu dans l'auto-santé, cette réflexivité du sujet sur lui-même comme agent de santé.
-

[1] Isabelle Queval, 2008, Soigner, se soigner ou de la médicalisation de l'existence, *Le corps aujourd'hui*, Paris, Folio Gallimard, p. 146.

Self development

- Face à la valeur du *self dévelopment*, la question du droit à l'accès à ses propres données implique une reconfiguration de la notion de priveté, de propréité et de vie privée même dans un contexte de démocratie technoscientifique[1].

  [1] A Rouvroy, Y. Poulet, 2009, The right to informational self-determination and the value of self-development. Reassesing the importance of privacy for democracy, *Reinventing Data Protection,* ed Springer.

Gouvernement des corps

- « La subjectivité est le produit de la gouvernementalité »[1] et la subjectivation de la santé ouvre à l'illusion d'un gouvernement de soi ?
- Si se soigner est seulement être soigné par les autres selon des normes préventives et des politiques de précaution, l'éducation à l'auto-santé ne viserait que la régulation sociale des populations et le bio-pouvoir serait un contrôle des individus par une procuration subjective.
- La conscience de soi reproduit la conscience sanitaire du groupe social
-

  [1] Didier Fassin, Dominique Memmi, 2004, Le gouvernement de la vie, mode d'emploi, dans D. Fassin, D. Memmi eds., *Le gouvernement des corps*, Paris, EHESS, p. 22.

Libéralisme et Hédonisme

- La tentation de confondre le management de soi avec le body coaching prouve combien l'auto-santé est devenu une enjeu idéologique entre un libéralisme individualiste et un hédonisme sanitaire : la société contrôle la santé individuelle en responsabilisant la prévention sanitaire par un ensemble de règle de santé publique dans toutes les sphères du privé (préservatif, contraception, cigarettes, obésité en intervenant dans l'intérieur de la gestion du corps par l'alimentation, la sexualité, la respiration…).
- François Cusset, « La gestion des corps », *La décennie. Le grand cauchemar des années 1980*, Paris, La Découverte, 2008, p. 263-285, ici p. 271.

Auto-bio-pouvoir

- L'auto-santé est aussi une illusion libérale d'un auto-bio-pouvoir qui contrôle de fait l'intérieur du corps des individus par les sujets eux-mêmes en les responsabilisant jusqu'à la culpabilisation des comportements, liant ainsi le raisonnement moral et la normalisation sanitaire

Etre sujet de soi-même

- « ces exercices sur quoi portent-ils, de quoi est-il question dans ces pratiques ? Eh bien il s'agit tout simplement du sujet lui-même. C'est-à-dire que c'est dans le rapport à soi, dans le travail de soi sur soi, dans le travail sur-soi même dans ce monde d'activité de soi sur soi »
- M. Foucault, *Le gouvernement de soi et des autres*, 16 février 1983, Paris, Gallimard, 2008, p. 224.

Son propre capital corporel

- - Chacun et chacune disposerait d'un capital corporel qu'il faudrait cultiver.
- - La recherche d'une image de soi dans la photographie publicitaire montre désormais la transformation corporelle par les acteurs eux-mêmes.
- - La question reste à établir si ce sont les acteurs qui changent leur corps ou si c'est le capitalisme corporel qui produit de nouvelles normes de subjectivation
  Bernard Cathelat, 1968, *Publicité et société*, Paris, Payot, 2001, p. 173, préface Edgar Morin.
- B. Andrieu, 1994, *Les cultes du corps*, Paris, L'harmattan.

L'auto-santé

- Une agentivité corporelle
- Une hybridation des connaissances
- Un réseau d'entraide communautaire
- Un libre choix thérapeutique
- Une inégalité économique
- Une écologie corporelle

Une agentivité corporelle

- Le patient n'est plus passif dans son diagnostic, son observance et l'expression.
- Les malades sont des réformateurs sociaux par le pouvoir des associations
- L'appropriation des savoirs et des techniques par des agents ds la propréité de leurs corps
- Création d'une normativité corporelle avant qu'elle ne devienne une normalité

Une hybridation des connaissances

- Etre le médecin de son corps sans être qualifié, ni expert
- Mélange dans l'autodiagnostic d'informations en 1er et en 3eme personne

Auto-décoder sa santé

- Quelque soit le genre, « l'entraînement au bien-être physique », « c'est à vous seul de décoder combien de temps vous conserverez votre potentiel physique, à quelle vitesse vous vieillirez »[1] devient un capital à exploiter individuellement !
- Le corps devient créatif de lui-même[2] rendant chaque individu responsable de sa forme et de sa santé .
  [1] *Bullworker. Gamme complète. Entraînement pour le bien être physique*, 1980, p. 9.
- [2] Audry Grant, Aline M'Baye, « Le corps créatif », *La gym douce*, Paris, J'ai lu, 1989, pp. 8-23.

Le corps médecin

- Le corps médecin cherche dans le corps même des éléments pouvant constituer une solution à un problème pathologique. Il faut donc concevoir des techniques qui libèrent le corps, lui permettant ainsi de libérer l'énergie nécessaire à ces soins.
- Une certaine harmonie est recherchée, un certain équilibre : on tomberait malade lorsque l'on aurait un conflit, un déséquilibre. Pour rester en bonne santé, il faudrait dès lors s'entretenir

Techniques de soi

- « Les techniques de soi, qui permettent aux individus d'effectuer, seuls ou avec l'aide d'autres, un certain nombre d'opérations sur leur corps et leur âme, leurs pensées, leurs conduites, leur mode d'être ; de se transformer afin d'atteindre un certain état de bonheur, de pureté, de sagesse, de perfection ou d'immortalité »
- Michel FOUCAULT, « Les techniques de soi » [5 oct. 1982], *Dits et écrits*, T. IV, Paris, Gallimard

Une inégalité économique

- quelles sont alors les pratiques d'automédication des personnes vulnérables quant on doit tout de même se soigner ?
- A partir de quels critères objectifs et subjectifs, et sous quelles injonctions sanitaires et sociales, ces populations passent-elles ou non de l'auto-médication à la consultation ?
- Comment le sujet vulnérable se représente-il dans ses pratiques d'autosanté et les actions des professionnels ?

Self help/Self Health

- Le self-help ou self-health, défend l'idée que l'on peut être l'agent de son propre corps, et non seulement le patient.
- Le sujet ne s'en remet plus à la décision de l'expert, on s'approprie les moyens de sa propre expertise et de sa propre santé.
- Le sujet veut contrôler sa posture, sa diététique, ses hormones, sa sexualité, etc. Le but est d'acquérir une connaissance de soi par l'expérience, qui généralement est déléguée à son médecin. Cela peut se faire à différents niveaux : on peut anticiper, prévenir sa santé, comme également soigner.